



Caldeirada - Portugese visstoof

Kleurrijke Portugese visstoof in laagjes met verschillende witte vissoorten, aardappel, ui en paprika. Een vullende maar lichte one-pot die rechtstreeks uit de pot op tafel komt.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
20'	40'	4	Vis

Ingrediënten

600 g gemengde witte vis (zoals kabeljauw, wijting of zeebaars), in grove stukken
300 g garnalen of mosselen (optioneel)
500 g vastkokende aardappelen, geschild en in schijven van 0,5 cm
2 uien, in ringen
1 rode paprika, in ringen
3 teentjes knoflook, fijngehakt
400 g tomatenblokjes (blik)
150 ml droge witte wijn
4 el olijfolie

1 laurierblad
1 tl paprikapoeder
een handvol verse bladpeterselie, grof gehakt
zout
versgemalen zwarte peper

Bereidingswijze

1. Verhit een ruime, zware pot op een laag vuur. Giet 2 el olijfolie op de bodem.
2. Bouw het gerecht op in laagjes: begin met een laag aardappelschijven, gevolgd door ringen ui en paprika, fijngehakte knoflook en ten slotte de stukken vis. Herhaal de laagjes tot alle ingrediënten op zijn.
3. Verdeel de tomatenblokjes en het laurierblad gelijkmatig over de bovenste laag. Bestrooi met het paprikapoeder, zout en versgemalen zwarte peper.
4. Giet de witte wijn en de resterende 2 el olijfolie gelijkmatig over de pot.
5. Dek de pot goed af met een deksel en laat het geheel 35 minuten zachtjes stoven op een laag vuur. Roer niet, zodat de laagjes intact blijven.
6. Voeg indien gewenst de garnalen of mosselen toe in de laatste 8 minuten van de kooktijd. Dek opnieuw af en laat verder garen tot de schelpen open zijn of de garnalen roze en gaar zijn.
7. Verwijder het laurierblad. Proef en breng eventueel bij met zout en peper.
8. Bestrooi met de verse peterselie en dien rechtstreeks op uit de pot.

Tip

Gebruik bij voorkeur stevig visvlees dat niet uit elkaar valt tijdens het stoven, zoals kabeljauw of zeebaars. Kies vastkokende aardappelen zodat de schijven hun vorm bewaren en de laagjes mooi intact blijven.

Lekker met

Vers knapperig brood om de smaakvolle tomatensaus mee op te deppen.

Dranktip

Een frisse Portugese Vinho Verde, zoals een Alvarinho, sluit perfect aan bij de lichte tomatensaus en de vis.